

Midt-Norsk Mesterskap i troppsgymnastikk 12.11.17



OIF Turn ønsker velkommen til Midt-Norsk Mesterskap og oppvisning i troppsgymnastikk i Orklahallen 12.11.17 kl 12.00.

Foreløpig tidsplan:

Kl. 08.00	Hallen åpner for generell oppvarming i basishallen
Kl. 08.30-11.45	Trening i apparatene etter oppsatt plan på bane 1
Kl. 10.00	Dommer- og lagledermøte
Kl. 10.00-11.30	Lunspakker kan hentes i 2. etg
Kl. 11.45	Oppstilling for defilering
Kl. 12.00	Konkurransesstart

Troppsgymnastikk, nasjonalt reglement.

- * Rekrutt: (gymnaster født i 2006-2004)
- * Junior: (gymnaster født i 2004-2000)
- * Senior: (gymnaster født i 2001 eller tidligere)
- * For alle er det konkurranse i apparatene trampett, tumbling og frittstående.
- * Junior og senior konkurrerer i klassene kvinner, menn og mix. Alle rekrutter er i samme klasse.

Startkontingent:

- * Kr 350 pr deltaker inkl lunsj til alle gymnaster. (Gi beskjed om evt allergier).
- * Kr 200 pr tropp.
- * Kr 100 pr oppvisningstropp

Påmeldings- og betalingsfrist onsdag 25. oktober 2017

Utfylt påmeldingsskjema sendes pr e-post til: dalen_linda@yahoo.no. Startkontingent og deltakeravgift betales inn på bankkonto 4270.17.14258. Merk betalingen med Midt-Norsk Mesterskap Troppsgymnastikk og klubbnavn.

Bindende påmelding, kun legeerklæring godtas for refundering av innbetalt beløp.

Vanskeskjema sendes inn innen 10. november 2017.

Vanskeskjema (excel eller pdf) sendes til wigdisevjen@hotmail.no

Vanskeskjema finner dere [her](#)

Musikk sendes inn innen 10. november 2017.

Musikk senders til wigdisevjen@hotmail.no

MERK MED KLUBB, TROPP OG KLASSE. På minnepinne eller CD (CD, en sang per CD)

Reglement:

Det dømmes **alltid** etter siste reglement. Det finner dere [her](#)

Utstyr tilgjengelig i konkurransen:

Trampett: 1 Dorado og 1 Eurogym.dk-trampett og Pegasus + kassedel for rekrutt

Tumbling: Fiberbane LEG/PE m. "TeamGym" 15meter med løpebane i tillegg

Kontaktperson: Linda Dalen, e-post: dalen_linda@yahoo.no